

Traditionen der Heilkunde (6)

Galen und alternative Medizin

Galen lebte 129 bis ca 216 nach Christus u.a. in **Pergamon** (heute Türkei), nahe einem damals wichtigen Heiligtum des Asklepius. Er war einer der einflussreichsten Heiler der Antike.

Seine Lehren prägten die frühe Heilkunde über die Renaissance bis zur modernen Medizin in Europa und im Nahen Osten über mehr als 1.000 Jahre. Er war zunächst Arzt überwiegend für Gladiatoren und u.a. bei den Olympischen Spielen für die Sportler, später auch Leibarzt mehrerer römischer Kaiser in Rom. Er schrieb hunderte medizinische Abhandlungen, die auf den Theorien von Hippokrates aufbauten und insbesondere in mittelalterlichen Klöstern kopiert und vervielfältigt wurden.

Sein Menschenbild war stark von der antiken Medizin und Philosophie – besonders von Hippokrates und Aristoteles – geprägt. Es verbindet Körper, Seele und Natur zu einer Einheit. Er vertrat die Ansicht, dass psychische Zustände körperliche Krankheiten beeinflussen können, betonte dabei die Verbindung von Körper und Seele – ein Ansatz, der heute in der Heilkunde, Psychosomatik und Gesundheitspraxis wiederzufinden ist.

Seine Vorstellung von Gesundheit und Krankheit basierte auf der vier Säfte Lehre (heute Humoralpathologie, wie sie auch bei Hildegard oder Paracelsus erforscht wurde). Diese Lehre stellt **vier grundlegende Anteile der körperlich seelischen Selbstregulation** in den Mittelpunkt der Heiltätigkeit.

- das Blut (sanguinisch, fröhlich, aktiv),
- Schleim (phlegmatisch, ruhig, träge),
- Gelbe Galle, (cholерisch, reizbar, energisch)
- und die Schwarze Galle (melancholisch, nachdenklich, traurig).

Ausdruck von Gesundheit war das Gleichgewicht der Säfte (Eukrasie).

Hingegen bedeutete ein Ungleichgewicht (Dyskrasie) Krankheit und körperliches seelischen Leiden und Unwohlsein.

Da Körper und Seele eng zusammenhängen, sind auch die Charaktereigenschaften von der körperlich energetischen Mischung der Säfte abhängen. Körperliche und seelische psychische Zustände bedingen einander, bilden eine homöostatische Einheit in einem Fließgleichgewicht. Diese Einheit ist bei allen Heilungs- und Gesundungsprozessen zu berücksichtigen.

Analog zur aristotelischen Vorstellung von drei Seelenkräften unterschied Galen;

- Die Vegetative Seele (Ernährung, Wachstum) mit dem Sitz in der Leber,
- die Animalische Seele (Bewegung, Wahrnehmung) mit Sitz im Herzen
- und die Rationale Seele (Denken, Vernunft) mit Sitz im Gehirn, die als regulierende Fähigkeit den Menschen als vernunftbegabtes Lebewesen auszeichnet.

Dies berücksichtigend lagen die Kernaspekte der antiken **Galen-Gespräche** in der eher philosophischen Bewusstmachung der engen Verbindung zwischen Leib und Seele. Der Einsatz von Gesprächen (heute z.B. der sokratische Dialog) diente der Identifikation emotionaler Belastungen und Förderung der Selbstreflexion. Im Mittelpunkt der Empfehlung standen z.B. sogenannte stoische Prinzipien, wie Gelassenheit, Selbstbeherrschung und das schriftliche Festhalten von Emotionen. Die Gespräche wurden durch Empfehlungen zu Ernährung, Schlaf, Bewegung und eine gesunde Lebensweise ergänzt.

Diese Verbindung von Gespräch und praktischer Beratung ist auch heute wieder Kern aller erfolgreichen Heil- und Gesundheitsarbeit, wie Studien zur Wirksamkeit von Therapie und Beratung nachweisen.

Auch die Anwendung der Pflanzenkunde in Kuren und in Verbindung mit spirituellen Ritualen sind Teil der umfangreichen Texte von Galen und bis heute wirkungsvoll tradiert oder vielfach in anderer Form entdeckte Erkenntnisse und Methoden.



Titelbild einer Abschrift 1538



Galen, lithographisches Phantasieporträt der Neuzeit